

PENGARUH PENDEKATAN PEMBELAJARAN DAN *MOTOR EDUCABILITY* TERHADAP KETERAMPILAN *GROUNDSTROKE FOREHAND* DAN *BACKHAND* TENIS LAPANGAN MAHASISWA JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN FOK UNDIKSHA

I Nyoman Sudarmada

Jurusan Ilmu Keolahragaan
Fakultas Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Ganesha
e-mail: inyomansudarmada@yahoo.co.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendekatan pembelajaran dan tingkat *motor educability* terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan (IKOR) tahun 2014. Pendekatan pembelajaran yang diteliti dalam penelitian ini adalah pendekatan pembelajaran terpusat dan pendekatan pembelajaran acak. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental semu dengan rancangan penelitian faktorial 2x2. Penelitian dilakukan di Jurusan IKOR FOK Undiksha dengan subjek penelitian mahasiswa Jurusan IKOR yang mengambil mata kuliah TP. Wawasan Kecabangan Olahraga Tenis Lapangan Tahun Akademik 2014/2015. Data dianalisis dengan uji ANAVA 2 jalur (*Two Way ANAVA*) pada taraf signifikansi (α) = 0,05 dengan bantuan program SPSS 16.0.

Hasil penelitian menunjukkan: 1) Tidak terdapat perbedaan yang signifikan hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang diajar dengan pendekatan pembelajaran terpusat dan siswa yang diajar dengan pendekatan pembelajaran acak. 2) Terdapat perbedaan yang signifikan hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang memiliki tingkat kemampuan *motor educability* tinggi dan siswa yang memiliki tingkat kemampuan *motor educability* rendah. 3) Tidak terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara pendekatan pembelajaran dengan tingkat kemampuan *motor educability* terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis.

Kata-kata Kunci: pendekatan pembelajaran, *motor educability*, tenis lapangan.

PENDAHULUAN

Tenis lapangan atau yang lebih sering disebut tenis merupakan salah satu olahraga yang populer dan berkembang pesat di Bali, khususnya di daerah Buleleng. Petenis Buleleng khususnya di level junior cukup mendominasi kejuaraan tenis di Bali. Pada Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) terakhir di Denpasar

kontingen Buleleng menjadi juara umum pada cabang olahraga tenis, demikian juga pada Pekan Olahraga Nasional (PON) tahun 2012 di Palembang, 4 orang petenis Buleleng masuk dalam tim tenis PON Bali. Prestasi tenis Buleleng yang sangat baik di level lokal ini perlu terus dijaga dan ditingkatkan untuk dapat berprestasi ke tingkat nasional

maupun internasional. Pengkajian secara ilmiah pada aspek-aspek pendukung prestasi olahraga tenis ini perlu terus dilakukan untuk memberikan peluang perkembangan prestasi tenis Buleleng ke level yang lebih tinggi.

Salah satu aspek mendasar yang sangat penting dalam pencapaian prestasi tinggi dalam olahraga tenis adalah bagaimana proses pembelajaran atau latihan yang dilakukan. Gaya guru dalam mengajarkan keterampilan kepada anak didiknya menjadi sangat penting. Suasana belajar yang dibentuk oleh guru sangat menentukan hasil belajar anak. Hal ini menjadi sangat penting karena suasana belajar yang dibentuk pengajar memberi pengaruh besar terhadap respon motivasional siswa (Vertongheen dan Theeboom, 2010), *style* pengajar yang mencakup cara mengajar, cara berkomunikasi dan kemampuan teknis pengajar merupakan faktor terpenting untuk meningkatkan motivasi siswa atau atlet dalam partisipasi pembelajaran (Jonas, Mackay, dan Peters, 2006).

Suasana belajar yang terbentuk dalam latihan ditentukan oleh gaya mengajar yang diterapkan oleh pengajar. Perlu diingat bahwa tidak ada gaya mengajar yang paling baik untuk selamanya. Setiap gaya mengajar memiliki kelebihan dan kekurangan, oleh karena itu pengkajian atas gaya mengajar khususnya dalam mengajar keterampilan gerak cabang olahraga dengan keterampilan jamak (keterampilan yang kompleks) perlu terus dikembangkan. Hal ini juga berlaku dalam belajar keterampilan gerak dalam cabang olahraga tenis lapangan.

Pendekatan mengajar yang paling umum dilakukan sekarang ini adalah pendekatan mengajar *drill* yaitu suatu pendekatan pembelajaran dengan memberikan pengulangan-pengulangan secara berkelanjutan terhadap keterampilan yang diajarkan. Pendekatan pembelajaran yang dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam belajar gerak antara lain dengan pendekatan pembelajaran latihan terpusat dan latihan acak (Richard A.Schmidt dan Craig A.Whisberg, 2003). Pendekatan pembelajaran terpusat dilakukan dengan pengulangan salah satu keterampilan secara berulang-ulang, hal ini diharapkan dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari keterampilan tersebut dengan lebih cepat. Sedangkan pendekatan pembelajaran acak dilakukan dengan melakukan pengulangan secara bergantian antar beberapa keterampilan yang diajarkan. Hasil belajar keterampilan gerak dari kedua pendekatan pembelajaran ini berbeda pada masing-masing siswa tergantung dari pemahaman keterampilan yang telah dimiliki sebelumnya (Richard A.Schmidt dan Craig A.Whisberg, 2003).

Selain pemilihan pendekatan mengajar sebagai faktor eksternal yang dapat dimanipulasi dalam pembelajaran, indikator “intelegenesi” dalam pembelajaran juga merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pencapaian prestasi belajar. *Motor educability* adalah suatu istilah yang menunjukkan kapasitas seseorang untuk mempelajari keterampilan yang sifatnya baru dalam waktu yang cepat dengan kualitas yang baik. Tingkat *motor educability* menjadi sangat penting

dalam pembelajaran gerak keterampilan seperti *forehand* dan *backhand* dalam tenis lapangan. Perbedaan *motor educability* akan berdampak pada kecepatan siswa dalam penguasaan keterampilan motoriknya. Kombinasi dari pendekatan mengajar dan tingkat *motor educability* akan memberikan hasil belajar gerak yang berbeda bagi siswa dengan kriteria yang berbeda.

KAJIAN PUSTAKA

Hakikat Pembelajaran

Pembelajaran pada dasarnya adalah upaya mengembangkan potensi yang dimiliki anak menjadi sesuatu yang aktual. Proses belajar dapat berlangsung secara aktif maupun pasif. Belajar pasif terjadi apabila individu sekedar bereaksi terhadap stimulus yang diberikan. Sementara belajar aktif terjadi apabila individu tidak hanya bereaksi ketika ada stimulus, tetapi juga proaktif melakukan sesuatu untuk mendapatkan hasil yang diinginkan (Ali Maksun, 2008).

Hasil penelitian Dureja dan Sukhbir Sing (2011) menunjukkan bahwa siswa dari pendidikan jasmani memiliki kepercayaan diri dan kemampuan mengambil keputusan yang lebih baik dibandingkan siswa psikologi (*psychology student*). Melalui pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes), akan terbina secara serempak aspek penalaran, sikap dan keterampilan (kognitif, afektif dan psikomotor). Disinilah letak keunikan sumbangan penjasorkes. Mengingat arti pentingnya penjasorkes dalam proses pendidikan, maka pengajar penjasorkes perlu mempunyai pandangan serta pengertian yang jelas tentang pembelajaran agar

dalam melaksanakan pembelajaran mengarah kepada tujuan yang telah ditetapkan, yaitu membentuk manusia seutuhnya.

Selain pendekatan pembelajaran, model pembelajaran juga berpengaruh terhadap keberhasilan proses pembelajaran. Model pembelajaran yang mengacu kepada pendekatan pembelajaran termasuk didalamnya tujuan-tujuan pembelajaran, tahap-tahap kegiatan pembelajaran, lingkungan pembelajaran dan pengelolaan kelas. Jadi yang dimaksud dengan model pembelajaran adalah kerangka konseptual yang melukiskan secara sistematis dalam mengorganisasikan pengalaman belajar, memprogram pembelajaran dan melaksanakan pembelajaran.

Pemilihan pendekatan mengajar harus disesuaikan dengan tujuan instruksional dari proses pembelajaran itu sendiri. Selain itu pembelajaran juga harus memperhatikan orientasi tujuan dari siswa. Orientasi tujuan sangat menentukan motivasi siswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Dalam teori pencapaian tujuan dijelaskan 2 tipe orientasi tujuan siswa, 1) orientasi tugas dan 2) orientasi ego. Siswa dengan orientasi tugas menggunakan pencapaian dirinya sebagai kriteria keberhasilan dalam belajar sedangkan siswa dengan orientasi ego menggunakan pencapaian siswa lain sebagai pembanding keberhasilan pencapaian belajarnya. Hal ini berpengaruh terhadap motivasi untuk mengikuti aktivitas dalam pembelajaran penjasorkes, siswa dengan orientasi tugas cenderung memiliki motivasi internal dalam aktivitas pembelajaran sedangkan siswa dengan ego

oriented lebih termotivasi oleh faktor eksternal (Murcia *et all*, 2011).

Pendekatan Pembelajaran Terpusat

Tenis lapangan merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki beberapa keterampilan teknik yang harus dikuasai diantaranya keterampilan pukulan *forehand* dan *backhand* sebagai keterampilan dasar dalam olahraga tenis. Salah satu pengaturan latihan untuk menguasai keterampilan yang kompleks adalah dengan penggunaan latihan terpusat (*blocked practice*). Mahendra dan Ma'mun (1998) menyatakan bahwa pengaturan latihan terpusat dilaksanakan dengan mendahulukan satu tugas hingga selesai sebelum berpindah ke tugas lainnya. Latihan terpusat memfokuskan pada satu aspek teknik, latihan dilakukan secara berulang-ulang sampai teknik dikuasai dengan baik. Secara rinci peserta latihan menggunakan latihan terpusat menunjukkan pencapaian yang tinggi selama latihan. Latihan semacam itu memberi waktu kepada siswa untuk berkonsentrasi pada pencapaian dari tiap tugas, sehingga mereka dapat meningkatkan keterampilan yang penting sebelum meneruskan keterampilan yang berikutnya.

Ilustrasi dalam penyampaian materi latihan pukulan *forehand* dan *backhand* dalam olahraga tenis adalah sebagai berikut: pelatih mengambil keputusan untuk melatih kedua keterampilan dengan cara menyuruh peserta didik melatih keterampilan pukulan *forehand* (tugas A) dulu. Peserta didik disuruh menyelesaikan latihan tugas A sebanyak 50 kali misalnya. Setelah tugas A selesai, peserta didik baru

diminta untuk melatih keterampilan pukulan *backhand* (tugas B). Jumlah pengulangan sama, yaitu 50 kali. Dari pengaturan seperti di atas dapat disimpulkan bahwa pengaturan latihan melalui latihan terpusat dilaksanakan dengan mendahulukan satu tugas hingga selesai sebelum berpindah ke tugas lainnya. Cara ini dianggap khas karena memungkinkan siswa berlatih secara terfokus, melatih satu keterampilan berulang-ulang tanpa terganggu kegiatan lain. Cara ini tampak masuk akal karena dianggap memungkinkan anak untuk berkonsentrasi penuh dan meghaluskan gerakanya.

Pendekatan Pembelajaran Acak

Pendekatan latihan latihan acak menghendaki peserta didik melakukan berbagai kegiatan latihannya dalam satu waktu, tanpa dipisah-pisahkan oleh jenis keterampilannya. Adapun ilustrasi yang dapat digambarkan pelatih mengatur latihannya dengan meminta atletnya agar melakukan latihan kedua jenis keterampilan secara sekaligus dan secara berselang-seling. Setelah peserta didik melakukan pukulan *forehand* satu kali berikutnya ia melakukan pukulan *backhand* satu kali. Pergantian jenis pukulan ini dilakukan secara berulang, misalnya masing-masing jenis pukulan sebanyak 50 kali, sehingga secara keseluruhan jumlah pukulan tersebut sama dengan jumlah yang harus diselesaikan melalui latihan terpusat. Bilalovic (2007) menjelaskan studi penelitian mengindikasikan bahwa latihan terpusat menghasilkan pencapaian efektif hanya selama latihan awal, tetapi tidak menciptakan hasil dalam jangka waktu yang lama. Kemudian Lee &

Magill (1985) dalam Otte dan Zanic (2008) menjelaskan bahwa latihan acak lebih efisien, terutama saat variasi tugas serupa, ke struktur semua variasi tugas yang sama. Ini secara fungsional mengurangi pemborosan dari satu percobaan ke percobaan lainnya. Latihan acak mengakibatkan peserta mengadopsi suatu struktur tanggapan yang seragam. Dalam hal ini pencapaian yang akan diperoleh siswa relatif akan sama atau merata.

Beberapa alasan di balik keunggulan latihan acak, yaitu : *Pertama*, adanya gejala lupa yang wajar timbul dalam proses latihan. Dengan latihan terpusat gejala lupa akan muncul manakala keterampilan yang sudah dipelajari tertindih oleh keterampilan lain yang baru. Sedangkan dalam latihan acak, gejala lupa tadi seolah terus dikikis oleh pengulangan yang berkali-kali dilakukan secara selang seling. *Kedua*, dari segi kebermaknaan, latihan acak seolah menampilkan tugas yang berbeda dari sebelumnya. Keberbedaan ini untuk sistem memori dianggap lebih bermakna karena selalu merangsang pikiran sebelumnya. Dalam latihan terpusat, proses mengingat ini tidak pernah terjadi sehingga berlangsung monoton. Menurut hipotesis ini, meningkatnya keberbedaan dan kebermaknaan ini menghasilkan ingatan yang lebih tahan lama. ini, meningkatnya keberbedaan dan kebermaknaan ini menghasilkan ingatan yang lebih tahan lama.

Motor Educability

Motor educability (ME) adalah suatu istilah yang menunjukkan kapasitas seseorang mempelajari keterampilan yang sifatnya baru dalam waktu yang cepat dengan

kualitas yang baik. ME biasanya bertujuan untuk memprediksi potensi belajar dalam kemampuan belajar. Karena ME berkenaan langsung dengan pengungkapan cepat lambatnya seseorang dalam menguasai suatu keterampilan baru secara cermat, maka ME dianggap sebagai indikator “intelegenesi” dalam belajar motorik (Lutan, 2001). Mengenai hal tersebut dikarenakan pada konsepnya tes ME digunakan untuk menilai komponen-komponen yang perlu untuk keberhasilan di masa depan dalam hal keahlian kognitif dan motorik. Kemudian Nurhasan (2000) menjelaskan bahwa tes ME diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mempelajari gerakan-gerakan baru. Kualitas potensial ME akan memberikan gambaran mengenai kemampuan seseorang dalam mempelajari gerakan-gerakan yang baru dengan mudah. Makin tinggi tingkat potensial ME yang dimiliki, berarti derajat penguasaan terhadap gerakan-gerakan baru makin mudah.

Jadi dapat diinterpretasikan bahwa apabila seseorang dapat dengan mudah, cepat dapat menguasai suatu gerakan dalam suatu cabang olahraga dengan kuantitas dan kualitas gerakan yang baik maka orang tersebut memiliki tingkat ME yang baik.

Keterampilan Forehand

Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang paling umum dipakai dalam tenis lapangan (Lardner 1990). Pukulan *Forehand* merupakan salah satu teknik dasar bermain tenis yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Pukulan *forehand* biasanya selalu digunakan sebagai senjata utama pemain, karena pukulan *forehand* biasanya lebih keras dari pukulan

backhand. Pukulan *forehand* dapat dibedakan melalui pegangan raket yaitu pegangan *eastern forehand*, *western forehand*, dan *semi western forehand*. Billie Jean King (1988) menjelaskan ada 4 jenis pukulan *forehand* yaitu pukulan *flat drip*, *chop*, *side spin* dan *top spin drive*.

Menurut Visbeen (1987) pukulan *forehand* dilakukan dengan beberapa tahap pelaksanaan yaitu, genggam, sikap awal, persiapan memukul dan gerakan akan memukul.

- a. *Genggaman* : Genggaman yang dianjurkan ialah yang dinamakan genggam berjabat tangan (*shake hands-grip*), yaitu menggenggam raket seolah-olah sedang berjabat tangan. Bentuk V diantara ibu jari dan telunjuk berada di sisi gagang yang mempunyai delapan sisi. Jangan menggenggam raket terlalu lemah dan terlampau kaku.
- b. *Sikap awal* : Berdirilah kira-kira setengah meter di belakang *baseline*. Pandangan harus lurus kedepan atau frontal ke arah jaring. Telapak kaki terpisah kira-kira setengah meter, dan lutut agak dibengkokkan. Raket setinggi pinggang mengarah ke muka serta ditopang oleh tangan kiri.
- c. *Persiapan memukul* : Pada saat bola meninggalkan raket lawan, ayunkan raket secara horizontal ke belakang dengan lengan agak membengkok. Kaki kanan agak berputar ke arah samping. Tangan kiri tidak ikut dengan gerakan ini. Bahu yang kiri berputar ke arah jaring. Sebenarnya, ketiga gerakan ini merupakan satu satuan gerakan. Perlu diperhatikan bahwa ayunan ke belakang serta sikap badan

disesuaikan dengan tingginya pantulan bola.

- d. *Gerakan akan memukul* : Raket di pegang dalam posisi horisontal. Berat badan bertumpu ke kaki kiri, yang diletakkan agak miring didepan kaki kanan. Raket kemudian digerakkan ke depan dengan lengan dan bahu kanan bergerak bersama-sama. Bola menyentuh raket disamping badan, kira-kira di atas kaki kiri. Raket tetap mengayun setelah pukulan dilakukan seolah-olah menunjuk ke arah bola. Ayunan tambahan ini berakhir setinggi bahu.

Abdurahmat (2011) menjelaskan prinsip dasar di dalam mengembangkan kemahiran melakukan gerakan *forehand* meliputi:

1. Memperkirakan arah bola dari lawan.
2. Mempersiapkan stroke sejak dini.
3. Posisi kaki dipersiapkan untuk gerakan yang tepat.
4. Keseimbangan yang kokoh.
5. Konsentrasi serta kepekaan terhadap waktu reaksi.

Keterampilan *Backhand*

Backhand merupakan salah satu teknik dasar pukulan yang dilakukan oleh pemain tenis. Ada tiga cara memegang raket dalam melakukan pukulan *backhand*. Cara yang paling umum adalah *backhand eastern*. Dengan cara ini pada orang yang tidak kidal, pergelangan harus berada agak ke kiri dari bagian atas pegangan raket (menangkap ke raket, dengan tepinya tegak lurus terhadap lapangan). Pada orang kidal pergelangan harus berada agak ke kanan dan bagian atas. Bagian dalam ibu jari harus menyentuh bagian belakang yang datar dari pegangan

raket. Bagian yang menyentuh pegangan tidak boleh bergeser.

Pemain dengan lengan bawah yang kuat mungkin ingin menggunakan cara memegang kontinental. Disini pergelangan berada di bagian atas pegangan raket. Ibu jari membantu dari belakang sebab pergelangan tidak berada di belakang raket. Rentangkan ibu jari sepanjang bagian belakang sehingga bagian dalam tetap menyentuhnya, tekanlah pegangan raketa selama memukul. Keuntungan dari cara ini adalah tidak perlu berganti cara untuk memegang *forehand* dan *backhand*. Kerugiannya adalah beberapa pemain tidak akan merasa nyaman dalam memukul dengan cara ini karena cara kontinental berada diantara cara *forehand* dan *backhand*.

Backhand dua tangan efektif untuk banyak pemain. Cara ini menambah kekuatan, membantu mengendalikan ayunan dan membuat posisi raket untuk memukul bola dengan putara atas (topspin). Kerugiannya adalah pemain tidak dapat menjagkau terlalu jauh untuk pukulan-pukulan lebar, tidak bisa menggerakkan raket dengan leluasa untuk memukul bola yang mengarah langsung ke pemain, dan tidak menambah kekuatan pada lengan yang dominan (Brown, 2001). Untuk pukulan dua tangan maka cara memegang raket dapat dilakukan dengan dua cara. Yang paling mudah adalah dengan *forehand* estern dengan satu tangan dan untuk memegang dengan *forehand* menggunakan tangan yang lain. Kedua tangan saling menyentuh selama jari-jari mengembang sepanjang pegangan raket. Beberapa pemain lebih suka memegang dengan cara *backhand*

biasa dengan tangan yang kuat, lalu menambahkan dengan cara *forehand* dengan tangan yang lainnya. Kedua cara ini bisa dilakukan.

Setelah itu mulailah mengayun ke belakang begitu bola dipukul oleh lawan. Gunakan tangan yang bebas untuk mengayunkannya di bagian leher raket. Begitu raket terayun ke belakang, putar bahu sejauh mungkin sehingga lawan dapat melihat punggung pemukul. Bawa lagi raket ke posisi paralel dengan lapangan sedikit di atas pinggang. Berputarlah sebelum mulai menyentuh bola sehingga bagian bahu yang berlawanan mengarah ke sasaran. Lutut sedikit dibengkokkan. Kaki yang lebih dekat ke net harus membentuk sudut 45° terhadap net. Untuk menambah kekuatan majulah selangkah dengan kaki yang paling dekat ke net tepat sebelum memukul. Bertumpulah pada kaki depan ketika mengayunkan raket. Ingatlah bahwa bahu yang lebih dekat dengan net haruslah terangkat. Sehingga berat badan bertumpu pada kaki belakang. Mengayunlah tegak lurus hampir paralel dengan lapangan. Secara ringkas urutan teknik pukulan *backhand* sebagai berikut.

Persiapan

- Pegangan estern atau dua tangan
- Raket terayun ke belakang
- Berputar menyamping terhadap net
- Maju selangkah ke arah sasaran.

Pelaksanaan

- Geser beban tubuh ke depan
- Ayunkan sejajar dengan lapangan
- Fokus pada bola
- Pukullah sedini mungkin.

Gerakan lanjut

- Lanjutkan mengayun setelah memukul
- Ayunlah menyilang dan naik

- Mengarah ke sasaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan eksperimen semu dengan rancangan penelitian desain faktorial 2 X 2 (Maksum, 2007) seperti tabel berikut:

Tabel 1. Rancangan Penelitian

	Gaya mengajar terpusat (A1)	Gaya mengajar acak (A2)
<i>Motor educability</i> tinggi (B1)	A1B1	A2B1
<i>Motor educability</i> rendah (B2)	A1B2	A2B2

Keterangan

- A1B1 : Gaya mengajar terpusat pada siswa yang memiliki motor educability tinggi
 A1B2 : Gaya mengajar terpusat pada siswa yang memiliki motor educability rendah
 A2B1 : Gaya mengajar acak pada siswa yang memiliki motor educability tinggi

A2B2 : Gaya mengajar acak pada siswa yang memiliki motor educability rendah

Subyek dalam penelitian 20 orang mahasiswa. Kemampuan motor educability diukur dengan instrumen *IOWA Brace Test* (Widiastuti, 2011). Adapun variabel keterampilan *forehand* dan *backhand* tennis dalam penelitian ini diukur dengan instrument tes *forehand* dan *backhand drive* (Nurhasan, 2000).

Hipotesis penelitian diuji dengan teknik Analisis Varians (ANAVA) dua jalur dengan bantuan program SPSS 16,0 pada taraf signifikansi (α) 0,05 (Santoso, 2011).

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis data untuk masing-masing kelompok diperoleh dari hasil pengukuran keterampilan *forehand* dan *backhand* subjek penelitian setelah mengikuti proses pembelajaran selama 1 semester. Secara ringkas hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Penghitungan Data Hasil Belajar Keterampilan *Groundstroke Forehand* dan *Backhand* Tennis

Statistik	Unit Analisis			
	A1B1	A1B2	A2B1	A2B2
Mean	24.8	21.0	24.8	21.2
Median	25.0	20.0	25	22
Standar Deviasi	0.84	2.0	1.9	1.6
Varians	0.7	4.0	3.7	2.7
Range	2	5	5	4
Skor Maksimum	26	24	27	23
Skor Minimum	24	19	22	19

- a. Deskripsi data hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis kelompok A1B1
Data hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis kelompok A1B1 mempunyai rentangan skor teoritik 26-24; n = 5, skor minimum 24; skor maksimum 26; rentangan = 2 ; rata-rata = 24,8; standar deviasi = 0.84; median = 25,0.
- b. Deskripsi data hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis kelompok A1B2
Data hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis kelompok A1B2 mempunyai rentangan skor teoritik 24-19 ; n = 5, skor minimum 19; skor maksimum 24; rentangan = 5; rata-rata = 21; standar deviasi = 2; median = 20.
- c. Deskripsi data hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis kelompok A2B1
Data hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis kelompok A2B1 mempunyai rentangan skor teoritik 27-22; n = 5, skor minimum 22; skor maksimum 27; rentangan = 5; rata-rata = 24.8; standar deviasi = 1.9; median = 25.
- d. Deskripsi data hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis kelompok A2B2
Data hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis kelompok A2B2 mempunyai rentangan skor teoritik 23-19; n = 5, skor minimum 19; skor maksimum 23; rentangan = 4; rata-rata = 21,2; standar deviasi = 1,9; median = 22.

Tabel 3. Ringkasan Anava 2x2

Sumber Varians	JK	Db	RK	F _{hitung}	Sig.
Gaya Mengajar	0.050	1	0.050	0.18	0.895
Motor Educability	68.45	1	68.45	24.667	0.00
Gaya Mengajar* Motor Educability	0.050	1	0.050	0.18	0.895
Error	44.400	16	2.775		
Total	10647	20	2.775		

Berdasarkan atas ringkasan tabel analisis varians dua jalur pada tabel 3 tersebut, dapat ditarik beberapa simpulan sebagai berikut:

1. Untuk antar kolom, diperoleh harga $F_{(A)hitung} = 0.18$ dengan probabilitas 0,895. Karena probabilitas $> 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) yang

menyatakan secara keseluruhan tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang diajar dengan gaya mengajar terpusat dan siswa yang diajar dengan gaya mengajar acak, diterima.

Sebaliknya hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang diajar dengan gaya mengajar terpusat dan siswa yang diajar dengan gaya mengajar acak, *ditolak*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang diajar dengan gaya mengajar terpusat dan siswa yang diajar dengan gaya mengajar acak.

2. Untuk antar baris, diperoleh harga $F_{(B)hitung} = 24,667$ dengan probabilitas 0,000. Karena probabilitas $< 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME tinggi dan siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME rendah, *ditolak*. Sebaliknya hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME tinggi dan siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME rendah, *diterima*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar

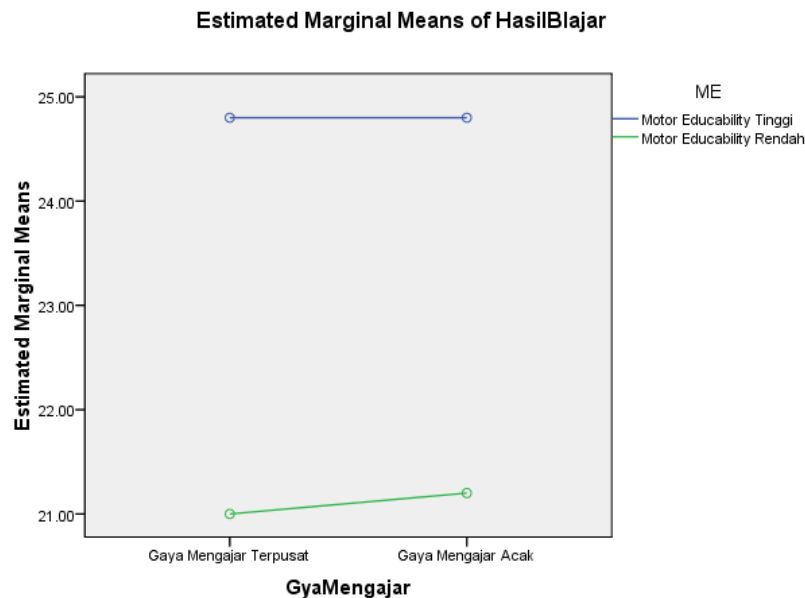
keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME tinggi dan siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME rendah.

3. Untuk interaksi, harga $F_{A \times B(hitung)} = 0,164$ dengan probabilitas 0,688. Karena probabilitas $> 0,05$ hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara gaya mengajar dengan tingkat kemampuan ME terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis, *diterima*. Sebaliknya, hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara gaya mengajar dengan tingkat kemampuan ME terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis, *ditolak*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara gaya mengajar dengan tingkat kemampuan ME terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis.

Adanya interaksi antara gaya mengajar dan tingkat kemampuan *motor educability* terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis, dengan jelas dapat dilihat pada Gambar 1. Gambar tersebut menggambarkan tentang kelompok siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME tinggi yang diajar dengan gaya mengajar terpusat (A_1B_1), kelompok siswa yang memiliki tingkat kemampuan *motor educability* rendah yang diajar dengan gaya

mengajar *terpusat* (A_1B_2), kelompok siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME tinggi yang diajar dengan gaya mengajar acak (A_2B_1),

dan kelompok siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME rendah yang diajar dengan gaya mengajar acak (A_2B_2).



Gambar 1. Grafik Interaksi Antara Gaya Mengajar dan Tingkat Kemampuan *Motor Educability* Terhadap Hasil Belajar Keterampilan *Groundstroke Forehand* dan *Backhand* Tenis

Dari gambar 1 dapat dideskripsikan bahwa kelompok siswa yang diajar dengan gaya mengajar terpusat pada siswa yang memiliki kemampuan motor educability tinggi ($\bar{X} = 24.8$) lebih baik dari pada siswa yang memiliki kemampuan motor educability rendah ($\bar{X} = 21.0$) dan kelompok siswa yang diajar dengan gaya mengajar acak pada siswa yang memiliki kemampuan motor educability tinggi ($\bar{X} = 24.8$) juga lebih baik dari pada siswa yang memiliki kemampuan motor educability rendah ($\bar{X} = 21.2$). Dari grafik diatas juga dapat diketahui bahwa tidak terdapat interaksi antara gaya mengajar dan tingkat kemampuan ME terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke*

forehand dan *backhand* tenis. Oleh karena tidak terdapat interaksi antara gaya mengajar dan tingkat kemampuan *motor educability*, maka untuk uji LSD tidak dilakukan.

PEMBAHASAN

Pertama, hipotesis nol (H_0) yang menyatakan secara keseluruhan tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang diajar dengan gaya mengajar terpusat dan siswa yang diajar dengan gaya mengajar acak, *diterima*. Sebaliknya hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand*

dan *backhand* tenis antara siswa yang diajar dengan gaya mengajar terpusat dan siswa yang diajar dengan gaya mengajar acak, *ditolak*. Ini didasarkan pada $F_{(A)hitung} = 0.18$ dengan probabilitas 0,895. Karena probabilitas $> 0,05$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang diajar dengan gaya mengajar terpusat dan siswa yang diajar dengan gaya mengajar acak..

Kedua, hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang memiliki tingkat kemampuan *motor educability* tinggi dan siswa yang memiliki tingkat kemampuan *motor educability* rendah, *ditolak*. Sebaliknya hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME tinggi dan siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME rendah, *diterima*. Ini didasarkan pada nilai $F_{(B)hitung} = 24,667$ dengan probabilitas 0,000. Karena probabilitas $< 0,05$, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME tinggi dan siswa yang memiliki tingkat kemampuan ME rendah.

Ketiga, hipotesis nol (H_0) yang menyatakan tidak terdapat pengaruh interaksi yang signifikan

antara gaya mengajar dengan tingkat kemampuan ME terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis, *diterima*. Sebaliknya, hipotesis alternatif (H_1) yang menyatakan terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara gaya mengajar dengan tingkat kemampuan *motor educability* terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis, *ditolak*. Ini didasarkan pada nilai $F_{A \times B(hitung)} = 0,18$ dengan probabilitas 0,895. Karena probabilitas $> 0,05$ dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara gaya mengajar dengan tingkat kemampuan *motor educability* terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis.

Secara umum, berdasar hasil pengujian hipotesis penelitian ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan pengaruh hasil belajar keterampilan *groundstroke* tenis pada penerapan gaya pembelajaran yang berbeda. Perbedaan hasil belajar terjadi pada kelompok mahasiswa yang memiliki tingkat ME yang berbeda antara yang tinggi dan rendah. Tidak terbuktinya hipotesis penelitian 1 yang menyatakan terdapat perbedaan pengaruh antara gaya pembelajaran terpusat dan gaya pembelajaran acak terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke* tenis disebabkan oleh materi pembelajaran yang cukup sulit dan waktu pembelajaran yang singkat. Keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* memiliki tingkat kesulitan yang tinggi sehingga perbedaan model pembelajaran tidak terlalu banyak berpengaruh terhadap hasil belajar keterampilan tersebut.

Perbedaan hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis lebih banyak dipengaruhi oleh kemampuan dasar yang dimiliki oleh mahasiswa. Hasil uji hipotesis ke 2 menunjukkan hal tersebut. Mahasiswa yang memiliki tingkat ME tinggi hasil belajar keterampilan *groundstroke* tenis lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki tingkat ME rendah. Tingkat motor educability menunjukkan kemampuan seseorang dalam mempelajari kemampuan atau keterampilan motorik baru. Faktor ini jauh lebih berpengaruh dibandingkan dengan gaya pembelajaran yang diterapkan dalam mempelajari keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* dalam mata kuliah tenis lapangan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Hebert, E. P., Landin, D., dan Solmon, M. A. (1996) yang menemukan bahwa terjadi perbedaan pengaruh dari pengaturan jadwal latihan pada siswa yang memiliki tingkat keterampilan tinggi dan tingkat keterampilan rendah.

Tidak adanya perbedaan pengaruh gaya pembelajaran terpusat dan gaya pembelajaran acak juga dipengaruhi oleh kondisi awal dari subyek penelitian. 95 persen dari subyek penelitian merupakan mahasiswa yang belum pernah mempelajari teknik dasar bermain tenis. Sehingga peningkatan hasil belajar yang diharapkan didapatkan dari pemberian perlakuan dengan perbedaan pendekatan pembelajaran tidak terlalu banyak meningkat.

Faktor lain yang perlu dipertimbangkan terkait dengan hasil penelitian ini adalah faktor motivasi mahasiswa. Berdasarkan hasil pengamatan, ditemukan bahwa

mahasiswa yang memiliki motor educability tinggi cenderung memiliki motivasi belajar keterampilan *groundstroke* tenis lebih tinggi daripada mahasiswa yang memiliki motor educability rendah. Hal ini dilihat dari latihan mandiri yang sering dilakukan diluar jam perkuliahan atau jadwal penelitian.

SIMPULAN

1. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang diajar dengan pendekatan pembelajaran terpusat dan siswa yang diajar dengan pendekatan pembelajaran acak.
2. Terdapat perbedaan yang signifikan hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis antara siswa yang memiliki tingkat kemampuan *motor educability* tinggi dan siswa yang memiliki tingkat kemampuan *motor educability* rendah.
3. Tidak terdapat pengaruh interaksi yang signifikan antara gaya mengajar dengan tingkat kemampuan *motor educability* terhadap hasil belajar keterampilan *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disarankan beberapa hal diantaranya: dalam pembelajaran *groundstroke forehand* dan *backhand* tenis lapangan bagi pemula (yang baru belajar dari awal mengenal raket) perbedaan model pembelajaran tidak memberikan

pengaruh yang besar terhadap keterampilan siswa, sehingga model pembelajaran apapun dapat diterapkan. Hal penting yang harus diperhatikan adalah tingkat *motor educability* dan motivasi belajar siswa yang harus dioptimalkan. Pemilihan pendekatan pembelajaran yang berbeda dapat dilakukan pada tahap lanjut dari pembelajaran keterampilan *groundstroke* tenis lapangan ketika teknik dasar *forehand* dan *backhand* sudah dikuasai oleh siswa/mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurahmat, Asep Suryana. 2011. "Analisis Biomekanik Pukulan *Forehand* pada Olahraga Tenis". *Jurnal Health & Sport*, Volume II, Nomor 2, (hlm.161-174).
- Dureja, Gaurav and Sukhbir Singh. 2011. *Self-Confidence and Decision Making Between Psychology and Physical Education Students: A Comparative Study*. *Journal of Physical Education and Sports Management*, Vol. 2(6), pp. 62-65, 18 November, 2011.
- Hebert, E. P., Landin, D., & Solmon, M. A. (1996). *Practice schedule effects on the performance and learning of low- and high-skilled students: An applied study*. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67(1), 52-8. Diakses dari <http://search.proquest.com/docview/218494000?accountid=38628>
- King, Billie Jean. 1988. *Rahasia Sang Juara*. Semarang: Dahara Prize.
- Lutan, Rusli. 2001. *Mengajar Pendidikan Jasmani, Pendekatan Pendidikan Gerak*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga, Depdiknas.
- Maksum, Ali. 2007. *Metodologi Penelitian*. Buku Ajar Unesa: Surabaya
- Murcia *et all*, 2011. *The relationship between goal orientations, motivational climate and self reported discipline in physical education*: *Journal of Sport Science and Medicine* (2011) 10, 119-129.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Santoso, Singgih. 2011. *Mastering SPSS Versi 19*. Jakarta: PT Gramedia.
- Vertonghen, Jikkemien and Marc Theeboom. 2010. *The social-psychological outcomes of martial arts practise among youth: A review*. *Journal of Sports Science and Medicine* (2010) 9, 528-537
- Visbeen, Jon. 1987. *Tenis*. Jakarta: PT. Rosda Jayaputra.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Timur Jaya.